

L'esperienza che il terapeuta ha del paziente

Erica Bresadola

1° biennio «essere=Werfrage»:

“IL TERAPEUTA HA SOLO SE STESSO COME STRUMENTO DI LAVORO”

2° biennio «feeling/risuonare»:

**“GLI INCONSCI COMUNICANO”,
e i corpi sono la via regia per gli inconsci**

1° BIENNIO

“IL TERAPEUTA HA SOLO SE STESSO COME STRUMENTO DI LAVORO”

per incontrare “ericksonianamente” la persona che il paziente è,
dobbiamo incontrare prima e “veramente”
la persona che noi siamo.

Si lavora su «essere=Werfrage»:

1 – (2015/2016) le nostre coordinate spazio/tempo

(chi sono io qui e adesso?)

2 - (2016/2017) le nostre motivazioni

(perché sono qui? = chi è il paziente per me?)

2° BIENNIO

**“GLI INCONSCI COMUNICANO”,
e i corpi sono la via regia per gli inconsci**

sensazioni fisiche, emozioni, affetti, sentimenti, immagini, pensieri, ...
vissuti dal terapeuta nell'incontro con il paziente.

Si lavora sui nostri strumenti/limiti/risorse per:

**1 – (2016/2017) «co-costruire» la relazione terapeutica
(cosa provo io, qui e ora, in questa relazione?)**

**2 – (2017/2018) «sentire» il paziente
(cosa provo io, qui e ora, con questo paziente?)**

L'esperienza che il terapeuta ha del paziente

Erica Bresadola

4° anno:

3° anno:

No:2014/2015 (1°anno):
«chi è il paziente per me?»

2015/2016 (2° e 1°anno):
«chi sono io qui e adesso?»

2016/2017 (3° e 4° anno):
«gli inconsci comunicano
attraverso i corpi:
co-costruzione della
relazione terapeutica»

2016/2017 (2° e 1° anno):
«chi è il paziente per me?»

2017/2018 (4° e 3°anno):
«gli inconsci comunicano attraverso i corpi:
osservare e sentire il corpo del paziente nel proprio»

Relazione terapeutica

Ricerche empiriche:

1. **Neuroscienze:**

Shore: «comunicazioni affettive tra cervelli destri»

Damasio:

il senso primario del sé è motorio e affettivo «mente incarnata»

Gallese: *neurobiologia interpersonale*

Ammaniti: «simulazione incarnata»

2. **BCPSG:** «comunicazione implicita ed esplicita»

3. **Infant research:** *still face e regolazione emotiva*

Tronick: *Teoria dei sistemi dinamici applicata a livello micro-temporale e MRM = modello di regolazione reciproca*

Stern: *momento presente = unità di elaborazione fondamentale nella co-creazione dell'intersoggettività + forme vitali.*

Passaggi chiave

1. Dalla psicologia mono-personale a quella **bi-personale**
2. Dalla lettura pulsionale e conflittuale della natura umana alla lettura **motivazionale**
3. **Intersoggettività** = motivazione primaria ontologicamente e neurologicamente fondata
4. **Memoria implicita** = co-costruita attraverso micro-interazioni diadiche, create congiuntamente da madre e bambino, che danno forma al cervello e determinano l'evoluzione emotiva, sociale, rappresentazionale del bambino
5. **Impulso psicoterapeutico innato**
6. **Il controtransfert precede il transfert**

Conoscenza relazionale implicita

“Modelli operativi interni” (Bowlby, 1973)

“Conosciuto non pensato (del paziente)” (Bollas, 1987)

“Inconscio preriflessivo” (Stolorow, Alwood, 1992)

“Involucri proto-narrativi” e “schemi di essere con” (Stern, 1995)

“esperienza non formulata” (Stern, 1997)

“esperienza pre-riflessiva, passiva dell’altro, incorporato ” (Thompson, 2001)

“rappresentazioni procedurali, procedure relazionali implicite” (K.Lyons-Ruth, 2008)

“inconscio procedurale non dinamico” (K.Lyons-Ruth, 2008)

- non-conscia, non simbolica, preverbale,
- co-costruita nella relazione con i caregiver,
- i cambiamenti avvengono attraverso “momenti di incontro”,
“**espansioni diadiche dello stato di coscienza**”
- che modificano tutto il sistema (**teoria dei sistemi dinamici**)

Neuroscienze

- 1. Intersoggettività = INTERCORPOREITÀ':**
principale fonte di conoscenza
che deriviamo direttamente dall'interazione con gli altri.
- 2. Neuroni specchio:**
movimenti, emozioni, sensazioni, dolore, tatto
- 3. Oscillatori adattivi:** sincronia e coordinazione diadica
- 4. Simulazione incarnata:**
forma diretta di comprensione degli altri,
come consonanza intenzionale
- 5. Neuroni multisensoriali:**
sono diffusi in diverse aree cerebrali e rispondono agli stimoli
appartenenti a più di una modalità sensoriale
- 6. Sé corporeo:**
divenire chi si è incontrando (emotivam/affettivam) gli altri
- 7. Cognizione motoria:** scopi e intenzioni

Intersoggettività=INTERCORPOREITA'

**dimensione noi-centrica:
legame intrinseco tra identità e alterità.**

Modello evolutive (Stern)

e neurologicamente fondato (Shore)

= neurobiologia interpersonale (Gallese)

= comunicazioni affettive tra cervelli destri
(Shore)

- **Intersoggettività:**
reciproca interpenetrazione delle menti,
“lettura” reciproca dei contenuti mentali:
”Io so/sento che tu sai/senti che io so/sento”
- **Campo intersoggettivo implicito:**
sentimenti, pensieri e conoscenze condivise
sulla natura della relazione corrente.
La condivisione è validata implicitamente ed esplicitamente.
- **Coscienza intersoggettiva:**
vissuto di sé e dell’altro nell’intersoggettività.
NON è necessariamente conscia.

INTERSOGGETTIVITA'

sistema motivazionale fondamentale

- Offre vantaggi per la **sopravvivenza**:
 - formazione, funzionamento, coesione dei **gruppi**.
- Motivazione **prioritaria**:
 - Leggere **intenzioni** e **sentimenti** altrui,
 - Costruire e mantenere **identità** e coesione del Sé,
 - Restare in **contatto** con **se stessi**.
- Bisogno **innato e universale**:
 - Basi **neurobiologiche** (neuroni specchio, oscillatori adattivi, emisfero destro)
 - Basi **evolutive** (ontogenesi)

INTERSOGGETTIVITA': ontogenesi

- **Primaria**:
 - fino a 6 mesi: musicalità, ritmi sincronici
 - da 6 a 9 mesi: interesse condiviso (md/bo) x gli oggetti
 - = compartecipazione attenzione
 - = comprensione emotiva dell'altro;
- **secondaria** (dopo i 9 mesi)- **cooperativa**:
 - consapevolezza persona-persona-oggetto
 - compartecipazione intenzioni
 - consapevole della propria comprensione emotiva dell'altro;
- **empatia** (circa 5 anni):
 - compartecipazione (sintonizzazione) affettiva
 - consapevole dello stato dell'altro

Neuroni specchio

(dal 2° anno i vita. Forse dai 6 mesi?):
sono adiacenti ai neuroni motori e
si attivano quando il soggetto osserva
il comportamento di un'altra persona:
movimenti, emozioni, sensazioni
(= rappresentazioni viscero-motorie),
esperienze tattili (dolore, carezze, ...).

L'intensità dell'attivazione dipende
dalla somiglianza tra ciò che viene osservato
e il repertorio dell'osservatore

Oscillatori adattivi

Sincronia e coordinazione diadica:

meccanismi neurobiologici,
come orologi corporei,
che possono essere resettati più volte e
si adattano, nel loro livello di attivazione,
alla frequenza degli stimoli in ingresso.

Neuroscienze: Simulazione incarnata (Gallese):

meccanismo mediante il quale il nostro sistema **cervello/corpo** modella le proprie interazioni con il mondo: nell'osservatore sono attivate **rappresentazioni interne, non-proposizionali e in formato corporeo**, “come se” stesse eseguendo azioni simili o esperendo emozioni o sensazioni simili. “Risuoniamo” con i corpi altrui in movimento.

Neuroscienze: **Simulazione incarnata** (Gallese):

«... *Risuoniamo* ...»

L'**intensità** dell'attivazione dipende
dalla **somiglianza** tra ciò che viene **osservato**
e il **repertorio** dell'**osservatore**

Neuroscienze: **Simulazione incarnata** (Gallese):

**Riutilizzare i propri stati o processi mentali,
rappresentati in formato corporeo
(profili motori, viscero-motori, somato-sensoriali),
per attribuirli funzionalmente agli altri.**

Somiglianza **inter-personale**:

riutilizzo intra-personale dello stato o processo mentale

Somiglianza **intra-personale**:

eseguire azioni/esperire emozioni, sentimenti e osservarli

Altri = persone con esperienze simili alle nostre

Neuroscienze: Neuroni multisensoriali

- diffusi in diverse aree cerebrali,
- anche quelle associate ad una sola modalità sensoriale,
- rispondono agli stimoli appartenenti a più di una modalità sensoriale,
- permettono un'integrazione multisensoriale già in fasi iniziali dell'elaborazione corticale,
- Possono chiarire la natura «multimodale» delle forme dinamiche vitali

(D.Stern, 2011, pag.55,56)

infant research + neuroscienze + teorie dell'attaccamento + fenomenologia:

- La mente è intrinsecamente incorporata, emerge dall'attività senso-motoria: **“incarnata”**, **“incorporata”**, (Damasio: “il Sé viene alla mente”);
 - intrecciata, co-creata dall'**ambiente** fisico circostante;
 - Costruita, co-creata nell'**interazione con la mente degli altri.**
- La mente è intrinsecamente aperta all'intersoggettività (sistema motivazionale primario)

Conoscenza relazionale implicita

“Modelli operativi interni” (Bowbly, 1973)

“Conosciuto non pensato (del paziente)” (Bollas, 1987)

“Inconscio preriflessivo” (Stolorow, Alwood, 1992)

“Involucri proto-narrativi” e “schemi di essere con” (Stern, 1995)

“esperienza non formulata” (Stern, 1997)

“esperienza pre-riflessiva, passiva dell’altro, incorporato ” (Thompson, 2001)

“rappresentazioni procedurali, procedure relazionali implicite” (K.Lyons-Ruth, 2008)

“inconscio procedurale non dinamico” (K.Lyons-Ruth, 2008)

- non-conscia, non simbolica, preverbale,
- co-costruita nella relazione con i caregiver,
- i cambiamenti avvengono attraverso “momenti di incontro”,
“**espansioni diadiche dello stato di coscienza**”
- che modificano tutto il sistema (**teoria dei sistemi dinamici**)

Conoscenza relazionale implicita o procedurale

costituita da:

➤ “Momento presente”

Elemento fondante di ogni esperienza relazionale
oggettivamente: “cronos”, 1/10 (media 3/4) secondi,
soggettivamente: “kairos”, tripartito (passato, presente, futuro)

➤ “Momenti ora” (“Kairos”)

“momento presente” di “verità”, “illuminato” sul piano soggettivo, affettivo e relazionale: soglia di una possibilità emergente nella relazione implicita

➤ “Momento di incontro” (viaggio affettivo condiviso)

“momento ora” colto e compreso da entrambi, che contribuiscono attivamente a modificare/espandere lo stato diadico.

➤ “Spazio aperto”

dopo i “momenti di incontro”, la variazione dell’ambiente intersoggettivo richiede ad entrambi riorganizzazione e possibilmente creatività.

psicoterapia: “esperienza emotiva micro-correttiva”

Conoscenza relazionale implicita o procedurale costituita:

dalle forme vitali degli eventi interpersonali,
in larga parte multimodali e multisensoriali

(«neuroni multisensoriali»
«campo sensorio-tonico»)

SINTONIZZAZIONE AFFETTIVA =
= CORRISPONDENZA TRA FORME VITALI

Daniel Stern:

*intersoggettività = sistema motivazionale fondamentale
ontologicamente e neurologicamente fondato*

- **Il momento presente (2005):**

- a. Momento presente
- b. Momento ora
- c. Momento di incontro
- d. Spazio aperto

- **Le forme vitali (2011):**

sono esperienze dinamiche composte da una pentade dinamica fondamentale:

- a. Movimento (intrinseco in ogni forma vitale)
- b. Tempo (profilo = inizio, svolgimento, fine)
- c. Forza (percezione o attribuzione di forze «sottostanti» o «interne»)
- d. Spazio
- e. Direzione/intenzione

Sintonizzazione affettiva corrispondenza tra forme vitali

È il tentativo della madre di condividere l'esperienza soggettiva del bambino, non le sue azioni.

È un'imitazione parziale e deliberatamente selettiva: un'imitazione fedele delle caratteristiche dinamiche, ma il contenuto e le modalità sono differenti.

(D. Stern, 2011, pag. 98)

Sintonizzazione affettiva corrispondenza tra forme vitali

Non è un'imitazione,
perché la madre «lo esprime a parole sue».

È qualcosa che anche lei ha provato,
è una corrispondenza fra stati interiori.

Grazie alle forme vitali, le **frequenti sintonizzazioni** della madre
ristrutturano continuamente il **campo intersoggettivo** con il figlio
= **momenti di incontro**

(D. Stern, 2011, pag. 98)

Daniel Stern: *Le forme vitali* (2011)

- **Forme vitali** =
= elemento dinamico vitale
la forza e la forma si devono, in buona parte, ai sistemi di arousal,
forza fondamentale del sistema nervoso,
localizzata nel tronco encefalico
- **Contenuto** =
= elemento modale contenutistico
che non prende semplicemente corpo,
ma più esattamente assume forma fenomenica e
ci appare solo quando si intreccia con l'elemento dinamico vitale

(2011, pag. 20,21,22)

Daniel Stern: Le forme vitali in psicoterapia (2011)

- La prosodia del linguaggio (melodia, accento, modulazione del volume, tensione vocale,) è fonte di forme vitali;
- soffermarsi INNANZITUTTO sulle forme vitali, analizzando il parlato anziché il contenuto verbale, può aprire nuove strade e inaspettate scorciatoie.
- L'esperienza delle difese espresse nelle forme vitali può essere evocata ben prima di esplorare il conflitto esplicito che ha portato a tali difese. Può facilitare l'esplorazione del contenuto conflittuale.

(2011, pag.103,104)

Daniel Stern: Le forme vitali in psicoterapia (2011)

- **Forme vitali e discorso spontaneo:**

nel discorso spontaneo c'è qualcosa che cerca di manifestarsi, un'«immagine» mentale nel senso più ampio del termine.

L'intento è connettere l'immagine mentale alle parole.

Dal «**processo di espressione delle intenzioni**», ovvero dal connubio fra intenzione e linguaggio, scaturisce una serie di proprietà emergenti, vengono create nuove connessioni.

Questo processo, che dura diversi secondi, è imprevedibile, caotico, ampiamente distribuito a livello corporeo e mentale, e solitamente riguarda eventi corporei sia consci che inconsci.

In questo processo, dunque nel **discorso spontaneo**, le **forme vitali** hanno un ruolo fondamentale.

(2011, pag.104,105,106)

Daniel Stern: Le forme vitali in psicoterapia (2011)

Il dialogo tra mente e corpo
che caratterizza l'esperienza implicita,
insieme all'elaborazione verbale e riflessiva,
dà molte informazioni sulla dimensione implicita
e permette la condivisione dello spazio intersoggettivo

(2011, pag.105)

Daniel Stern: Le forme vitali in psicoterapia (2011)

Le tracce delle forme vitali sperimentate in passato sono custodite nella memoria (*implicita*), dove vengono associate ad altri ricordi.

In terapia: restare **ancorati all'esperienza immediata**, nel qui ed ora, senza astrazioni, e nell'orientarsi sugli eventi dinamici, come i movimenti (fisici e mentali) che si avvicendano nel tempo, anziché sugli stati mentali concepibili come entità statiche.

Il terapeuta dovrebbe immergersi empaticamente nell'esperienza vissuta associata al movimento del paziente e iniziare il discorso da lì. Lo scopo è **evocare una forma vitale che porti alla luce aspetti dell'esperienza globalmente vissuta dal paziente.**

(2011, pag.108)

Esperienza in coppia

- A turno parlare per 5 min. di come ci si sente, narrare di sé nel «qui e ora»

Durante il «dialogo» sentire entrambi (chi parla e chi ascolta):

- come il corpo dell'altro risuona nel proprio (postura, movimenti, respiro, sguardo,);
- come risuona nel mio corpo e nella mia mente ciò che l'altro narra e come lo narra;
- tutto se stesso (nell'ascolto e nel narrarsi) nel sentire e osservare l'altro e nella sintonizzazione con l'altro (=comunicazione corporea)